

毎月1日・15日発行

市長コラム	2面
住民基本台帳閲覧状況を公表します	3面
ファミリー農園利用者募集	4面
ヘルプカードを配布しています	5面
地域安全情報	6面
4コマまんが「なしのすけが行く」	7面
ヘルスメーター	8面

広報



ホームページ <http://www.city.inagi.tokyo.jp/>
公式ツイッター http://twitter.com/inagi_city
メール配信サービス（登録される方は、左のQRコードから、または「inagicity@emp.ikkr.jp」に空メールを送信してください）

市役所(代表) ☎042-378-2111
平尾出張所 ☎042-331-6346
若葉台出張所 ☎042-350-6321
開庁時間 午前8時30分～午後5時

人口と世帯数

平成26年6月1日現在	(前月比)
人口	86,320人 (10人増)
男	43,642人 (9人増)
女	42,678人 (1人増)
世帯数	37,026世帯 (34世帯増)

※人口及び世帯数は、住民基本台帳によるものです。

発行 東京都稲城市 編集 秘書広報課広報広聴係 〒206-8601 東京都稲城市東長沼2111 ☎042-378-2111 ☎042-377-4781

毎月15日号2面に「市長コラム」を掲載しています。

参加者募集 広域連携事業 東京ヴェルディ サッカークリニックin稲城

対小学3～4年生で、次の①～③の全日参加可能な方
日時 ①7月23日(水)午前10時～正午・総合グラウンド ②9月7日(日)午前9時～正午・ヴェルディグラウンド(よみうりランド内) ③9月20日(土)に味の素スタジアムで開催する4市(稲城・多摩・日野・立川)合同サテックスマッチ(東京ヴェルディ公式戦)観戦(無料)
定30人(抽選)
費1千円
申東京ヴェルディ応援ホームタウン実行委員会に必要



事項(住所・氏名・学年・性別・保護者氏名・電話番号)をご記入のうえ、メール(yonshi-clinic@verdy.co.jp)でお申し込みください。
限7月10日(木)
東京ヴェルディ応援ホームタウン実行委員会
企画政策課企画政策係

熱中症防止シェルター(涼み処)

熱中症の予防と節電のため、日中猛暑時の避難場所として、熱中症防止シェルター(涼み処)を開設します。
7月1日(火)～9月30日(火)
※施設によって開館日時が異なります。
総務契約課総務係

熱中症防止シェルター(涼み処)

名称・連絡先	所在地	開館日・開館時間
福祉センター(1階ロビー) ☎378-3366	百村7	毎日(祝日除く) 午前9時～午後5時
ふれあいセンター百村・東長沼 ☎378-6320	百村7(福祉センター内)	
ふれあいセンター押立 ☎378-4682	押立410-3(ジョイハウスたまたがわ)	
ふれあいセンター坂浜 ☎331-4501	坂浜2996-2(稲城老人会館内)	月・水・金曜日(夏季休館日あり) ※ 午前10時～午後3時
ふれあいセンター向陽台 ☎319-2410	向陽台3-2(向陽台小学校内)	
ふれあいセンター平尾 ☎331-5143	平尾3-1-1(平尾小学校内)	
ふれあいセンター矢野口 ☎379-7730	矢野口1603(矢野口自治会館内)	
ふれあいセンター大丸 ☎370-2284	大丸1171(オーエンス健康プラザ内)	月・木・金曜日(夏季休館日あり) ※ 午前10時～午後3時
総合体育館(1階ロビー) ☎331-7156(公財)いなぎグリーンウェルネス財団	長峰1-1(稲城中央公園内)	毎日(第2・4月曜日除く、ただし第2・4月曜日が祝日の場合はその翌日) 午前9時～午後6時
中央文化センター(1階ロビー) ☎377-2121	東長沼2111	毎日(第1・3・5月曜日除く) ○火～土曜日 午前9時～午後10時 ○日曜日・祝日、第2・4月曜日 午前9時～午後5時
第二文化センター(1階ロビー) ☎378-0567	矢野口1780	毎日(第1・3・5月曜日、祝日除く) ○火～土曜日 午前9時～午後10時 ○日曜日、第2・4月曜日 午前9時～午後5時
(2階生活文化施設やのくち談話室)		毎日(第1・3・5月曜日、祝日除く) 午前9時～午後5時
第三文化センター(1階ロビー) ☎331-0230	平尾1-20-5	
第四文化センター(1階ロビー) ☎377-4406	東長沼271	毎日(第1・3・5月曜日、祝日除く) ○火～土曜日 午前9時～午後10時 ○日曜日、第2・4月曜日 午前9時～午後5時
城山文化センター(1階ロビー) ☎379-5411	向陽台6-7	
i プラザ(1階エントランスホール・喫茶コーナー) ☎331-1720	若葉台2-5-2	毎日(第2・4月曜日除く、ただし第2・4月曜日が祝日の場合はその翌日) 午前8時30分～午後10時
中央図書館(城山体験学習館) ☎378-7111	向陽台4-6-18(城山公園内)	毎日(第4月曜日除く、ただし第4月曜日が祝日の場合はその翌日) 午前9時～午後8時
複合施設ふれんど平尾(1階談話室) ☎350-1131	平尾1-9-1	毎日(月曜日除く) 午前9時～午後9時

※：夏季休館日の日程等の詳細は社会福祉協議会(☎378-3366)へお問い合わせください。
注釈：涼み処専用の冷水等は用意していませんので、飲み物等は各自でご用意ください(ふれあいセンターではお茶等の用意があります)。

7月は全国強調月間 社会を明るくする運動 青少年の非行・被害防止

犯罪や非行をなくし、罪を犯した人たちの立ち直りを支えるのは、地域のチカラです。
犯罪や非行を防止するとともに、罪を犯した人が社会に戻った時に同じことを繰り返さずに済むような「明るい地域社会」を築きましょう。
▽稲城地区推進委員会構成団体名称 保護司会、更生保護

女性会、稲城市、稲城市教育委員会、社会福祉協議会、自治会、民生児童委員協議会、青少年委員、東京都薬物乱用防止推進稲城市協議会、青少年育成地区委員会、東京稲城ロータリークラブ、多摩稲城防犯協会、地区体育振興会、大丸婦人会、商工会、(株)読売巨人軍、東京ヴェルディ1

7月は全国強調月間 社会を明るくする運動 青少年の非行・被害防止

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ



▲若葉台駅での駅頭PRの様子

969フットボールクラブ(株)など
【駅頭・街頭PR】
7月1日(火)
午前7時～8時30分
京王よみうりランド駅、稲城駅、若葉台駅、矢野口駅、稲城長沼駅、南多摩駅、平尾団地バス停など
中学生が折った折り鶴入りのティッシュなど、PRグッズの配布を行います。
【読売ジャイアンツ球場PR】
7月11日(金)
午後3時～4時
読売ジャイアンツ球場
生活福祉課地域福祉係

保護司(右下表参照)の活動

保護司は法務大臣から委嘱される非常勤の国家公務員という身分で、給与が支給されない民間のボランティアです。保護観察官と協働で、罪を犯した人の保護観察や更生の手助けを行い、犯罪・非行を予防するための活動を、関係機関・団体と協力して行っています。

青少年の非行・被害防止全国強調月間 非行や犯罪から青少年を守ろう

青少年の非行防止と保護に、社会全体で広く青少年の非行を防止し、また青少年を犯罪から守り、健全な育成を図るためには、関係機関・団体、地域住民が共通の理解と認識を深め、青少年の規範意識を育み社会環境をより良くすることが必要です。

青少年の非行防止と保護に、生活福祉課地域福祉係、児童青少年課青少年係

日野・多摩・稲城地区保護司会 稲城分区分簿

氏名	住所
粟井 洋子	平尾2-36-12
清水 和男	坂浜110
芦川 正雄	大丸938
松原 一郎	百村1072
横田 定利	押立983-4
原田 正美	矢野口1113
門井 八重子	向陽台4-2 みはらしの家B-102
西川 毅	向陽台4-2 みはらしの家B-601
篠崎 誠一	東長沼535
角田 政信	矢野口2284-11 グローブスクエア609
鹿島 正二	矢野口486-8
川島 保之	東長沼2025
馬場 房義	平尾1-28-13
杉浦 昇	百村242-1
高木 伸二	東長沼869-8
唐木 洋子	矢野口1569
高橋 勝浩(稲城市長)	東長沼2111(市役所)
渡邊 力	長峰3-3 杜の二番街3-202
松永 健	大丸536-5 多摩稲城マンション2-605

6月は男女雇用平等推進月間です

東京都は、労働者が性別により差別されることなく、充実した職業生活を営むことができるよう、毎年6月を「男女雇用平等推進月間」としています。

今年度は「めざそう すべての人にとって働きやすい環境を」をテーマに、啓発活動を展開します。
※詳細は「TOKYOはたらくネット」ホームページをご覧ください。
☎東京都産業労働局労働相談情報センター事業普及課 ☎03・5211・2209

男女共同参画週間 6月23日(月)～29日(日) 『家事場のパパチカラ』

男女共同参画推進本部では、毎年6月23日から29日までの1週間を「男女共同参画週間」として、様々な取り組みを通じて、男女共同参画社会基本法の目的や基本理念について理解を深めることを目指しています。

今年度は、女性の活躍推進による日本経済再生を重点としており、「家事場のパパチカラ」というキャッチフレーズの下、男女共同参画社会の実現に向けた各種広報啓発活動等を実施します。
☎内閣府男女共同参画局総務課広報啓発担当 ☎03・5253・2111
いなぎ女性の悩み相談 パートナーからの暴力、結

婚・離婚の問題、夫婦・親子関係、仕事・職場での人間関係、子育てや介護の問題など様々な相談に応じます。
▽相談日 毎月第1・3水曜日、第4土曜日
※水曜日は男性も相談可
※午前10時～午後4時
※相談は1人50分
▽相談方法 面談、電話
☎無料
☎相談日前日までに電話(☎378・2286)でお申し込みください。
先週市民協働課男女平等参画係

動への市民参加を支援しています。市民の皆さんに地域への関心を持ってもらい、活動への理解と参加を広げながら、地域社会の活性化を図ることを目指し、市民活動ポイント制度を実施しています。今年度は2回のポイント還元期間を設けます。1回目を次の期間で行います。
☎本制度により取得ポイントが10に達した方(試行時のポイントも含みます)
※他の方とポイントを合算しての還元はできません。
※還元は、年度に1人1回となります。
☎6月19日(木)～25日(水) 午前10時～午後3時
☎地域振興プラザ1階
☎ポイントカード(または手帳)、印鑑(受領印)
☎NPO法人市民活動サポートセンターいなぎ ☎378・2112



◀新・坂浜駐在所 開所
警視庁多摩中央警察署坂浜駐在所が鶴川街道の拡幅に伴い坂浜診療所に隣接した場所に移転・新築され、5月23日に開所式が行われました。
☎総務契約課総務係

多摩川流域での自治体である府中市、調布市、日野市、狛江市、多摩市、稲城市、川崎市が連携して、それぞれの自治体で行うイベントを対象としたスタンプラリーを実施します。
2カ所以上のスタンプを集めた方に抽選で、各自自治体や友好都市の特産品等の詰め合わせ、更に友好都市等への旅といった各種賞品が当たります。魅力あふれるイベントをぜひお楽しみください。
※スタンプ台紙は、各イベント会場などで配布します。

対象イベント一覧

団体名	イベント名	日時 ※時間はスタンプ受付時間	会場
府中市	市制施行60周年記念 郷土の森あじさいまつり	5月31日(土)～6月29日(日) 午前9時～午後5時 ※入場は午後4時まで。月曜定休	府中市郷土の森博物館 ※入場料あり
多摩市	'14せいせき朝顔市(第32回ふるさと多摩夏まつり)	7月5日(土)・6日(日) 午前8時～午後6時	聖蹟桜ヶ丘駅西口周辺
狛江市	狛江古代カップ 第24回多摩川いかだレース	7月13日(日) 午前9時～午後2時 ※延期の場合は7月27日(日)	多摩川五本松～宿河原堤手前
調布市	多摩川自然情報館 夏休みイベント	7月19日(土) 午前10時～午後4時	調布市多摩川自然情報館
稲城市	南多摩水再生センター サマーフェスタ2014	7月25日(金) 午前9時30分～午後2時	南多摩水再生センター
川崎市	夏休みを楽しもう! 生田緑地サマーミュージアム	8月3日(日) 午前9時～午後5時	生田緑地内
日野市	常設展「新選組・新徴組と日野」	8月12日(火)～17日(日) 午前9時30分～午後5時	日野市立新選組のふるさと歴史館
多摩川流域懇談会	まるごと多摩川まつり～第42回多摩川流域セミナー	9月28日(日) 午前10時～午後3時	大師河原水防センター(川崎市)

▽協力 多摩川流域懇談会
☎多摩川流域7自治体交流イベントラリー実行委員会事務局
局(狛江市政策室 ☎03・3430・1111)、稲城市企画政策課企画政策係

事業所・企業の皆さんへ
平成26年 経済センサスー基礎 調査及び 商業統計調査にご協力を!

本調査は、産業分野等における事業者の基本的構造を明らかにすることを目的として行われる国の重要な調査です。
市内全ての企業・事業所
調査方法 都知事が任命した調査員が直接事業所を訪問し、調査票を配布・回収します。調査票は、6月中旬から下旬にお届けします。

稲城市農業委員会 委員選挙

7月19日任期満了の稲城市農業委員会委員選挙を次のとおり行います。
▽告示日 6月29日(日)
▽選挙期日 7月6日(日)
▽選挙により選出する委員の数 8人
▽選挙人名簿登録者数 男348人、女282人、計630人(3月31日現在)
☎選挙管理委員会事務局

選挙人名簿の登録者数 6月の定時登録

6月1日現在登録資格のある方について、住民基本台帳に基づき、6月2日に定時登録を行いました。
今回の定時登録による市全体の選挙人名簿登録者数は下表のとおりです。
☎選挙管理委員会事務局

7月19日現在登録資格のある方について、住民基本台帳に基づき、6月2日に定時登録を行いました。
今回の定時登録による市全体の選挙人名簿登録者数は下表のとおりです。
☎選挙管理委員会事務局

6月1日現在登録資格のある方について、住民基本台帳に基づき、6月2日に定時登録を行いました。
今回の定時登録による市全体の選挙人名簿登録者数は下表のとおりです。
☎選挙管理委員会事務局

選挙人名簿登録者数 (6月2日現在)

投票区	投票所名	男 (人)	女 (人)	計 (人)
1	稲城第一小学校	2,800	2,470	5,270
2	福祉センター	3,210	2,974	6,184
3	第四保育園	1,554	1,562	3,116
4	稲城第二小学校	1,132	1,031	2,163
5	稲城第四小学校	2,431	2,236	4,667
6	稲城第四中学校	1,668	1,538	3,206
7	平尾小学校	1,352	1,405	2,757
8	大丸地区会館	2,677	2,444	5,121
9	ふれんど平尾	2,120	2,209	4,329
10	稲城第七小学校	2,187	2,056	4,243
11	向陽台小学校	2,645	2,741	5,386
12	平尾自治会館	1,094	1,211	2,305
13	城山小学校	1,800	1,886	3,686
14	長峰小学校	1,788	1,965	3,753
15	若葉台小学校	2,099	2,195	4,294
16	稲城第三中学校	1,851	1,783	3,634
17	稲城第六中学校	1,809	1,930	3,739
合 計		34,217	33,636	67,853

学童クラブは定員があり、入所希望の待機児が生じているため、近年では保育所の待機児問題とともに課題となつていきます。しかし、いずれも専用施設を要するサービスであり、受け入れ人数の増、施設の新設は容易ではありません。そこで、教育委員会や各小学校の協力を得て、空き教室や体育館など既存の学校施設を有効活用する事業を開始することとしました。
これらは似ているものの、児童館・学童クラブは厚生労働省の所管、放課後子ども教室は文部科学省の所管であり、事業内容が異なります。一部の市や区においては、これらを統合する動きもありました。稲城市は自由来館の施設、学童クラブは預かり施設、放課後子ども教室は放課後の居場所の提供・見守り事業ということ、それぞれ配置する指導員等の人員や提供サービスが異なるため、現時点では統合しない方針です。今回の新規事業は試行段階でも年間5千万円以上の経費を要しますが、稲城の将来を支える子どもたちの健全育成のため、皆さんの意見を参考に施策展開してまいりますので、ご理解をお願いします。



稲城市長 高橋 勝浩

市長コラム No.32 放課後の子ども居場所づくり
新年度の新規事業として4月から「放課後子ども教室」を開始しました。
稲城市では従来から小学生の放課後対策として「児童館・学童クラブ」の充実を図ってきました。児童館は児童福祉法に規定する児童厚生施設の一つで、健全な遊びを与え健康を増進し情操を豊かにすることを目的としています。学童クラブは放課後帰宅しても家に保護者がいない小学1～3年生を対象に、遊び及び生活を支援する施設です。最近では共働きの保護者が増えていることもあり、児童館や学童クラブに対する需要が増加の一途をたどっています。
児童館は定員がありませんが、受け入れられる人数は施設面で限界があります。
学童クラブは定員があり、入所希望の待機児が生じているため、近年では保育所の待機児問題とともに課題となつていきます。しかし、いずれも専用施設を要するサービスであり、受け入れ人数の増、施設の新設は容易ではありません。そこで、教育委員会や各小学校の協力を得て、空き教室や体育館など既存の学校施設を有効活用する事業を開始することとしました。
これらは似ているものの、児童館・学童クラブは厚生労働省の所管、放課後子ども教室は文部科学省の所管であり、事業内容が異なります。一部の市や区においては、これらを統合する動きもありました。稲城市は自由来館の施設、学童クラブは預かり施設、放課後子ども教室は放課後の居場所の提供・見守り事業ということ、それぞれ配置する指導員等の人員や提供サービスが異なるため、現時点では統合しない方針です。今回の新規事業は試行段階でも年間5千万円以上の経費を要しますが、稲城の将来を支える子どもたちの健全育成のため、皆さんの意見を参考に施策展開してまいりますので、ご理解をお願いします。

平成25年度 住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況

閲覧請求者／申出者	請求事由または利用目的の概要	閲覧日	住民の範囲
NHK放送文化研究所 世論調査部長 石川 信	平成25年6月 全国個人視聴率調査	平成25年5月8日	矢野口、7歳以上の男女、14人
(株)サーベイリサーチセンター 代表取締役 藤澤 士朗	こころの病気に関する世論調査	6月12日	坂浜・長峰1丁目、満20歳以上の男女、15人
(株)エスピー研 代表取締役 安良岡 洋介	都民生活に関する世論調査	7月4日	平尾3丁目、満20歳以上の男女、19人
(社)新情報センター 事務局長 平谷 伸次	国立公園に関する世論調査	7月19日	大丸290番地～、20歳以上の日本人住民の男女、15人
(株)日本リサーチセンター 調査部長 中村 美生	生活意識に関するアンケート調査	8月20日	平尾3丁目、満20歳以上の男女、15人
(株)ナビット 代表取締役 福井 泰代	市民の社会貢献に関する実態調査	8月29日	平尾、20～69歳の男女、17人
NHK放送文化研究所 世論調査部長 石川 信	日本人の意識調査	9月12日	東長沼、16歳以上の男女、14人
(株)エスピー研 代表取締役 安良岡 洋介	がん予防・検診等実態調査	9月12日	大丸・坂浜、20歳以上の男女、各20人
(株)日本リサーチセンター 調査部長 中村 美生	家計と貯蓄に関する調査	10月8日	押立、20歳以上の男女、20人
(社)輿論科学協会 理事長 大宮 泰三	都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査(1回目)	10月9日	市内全域、満20歳以上の男女、1,273人(内414人)
(株)サーベイリサーチセンター 代表取締役 藤澤 士朗	人権に関する世論調査	10月15日	東長沼、満20歳以上の男女、15人
(社)中央調査社 会長 西澤 豊	メディアの接触と評価に関する調査	10月23日	若葉台1丁目、満15歳～79歳の男女、20人
(株)タイム・エージェント 代表取締役 渡部 啓之	広報広聴活動に関する調査	10月23日	平尾1丁目10番地～19番地、満20歳以上の男女、15人
(社)輿論科学協会 理事長 大宮 泰三	都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査(2回目)	10月30日	市内全域、満20歳以上の男女、1,273人(内445人)
(株)日本リサーチセンター 調査部長 中村 美生	高齢期に向けた『備え』に関する意識調査	11月6日	平尾3丁目、35歳以上64歳以下の男女、28人
(社)輿論科学協会 理事長 大宮 泰三	都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査(3回目)	11月13日	市内全域、満20歳以上の男女、1,273人(内414人)
自衛隊東京地方協力本部 府中分駐所	自衛官等の募集に伴う広報	11月14日	市内全域、平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれの男性
自衛隊東京地方協力本部 府中分駐所	自衛官等の募集に伴う広報	11月15日	市内全域、平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれまたは平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれの男性
自衛隊東京地方協力本部 府中分駐所	自衛官等の募集に伴う広報	11月19日	市内全域、平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれの男性
自衛隊東京地方協力本部 府中分駐所	自衛官等の募集に伴う広報	11月20日	市内全域、平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれの男性
(社)中央調査社 会長 西澤 豊	社会意識に関する世論調査	12月12日	矢野口955番地前後、20歳以上の男女、40人
(株)日本リサーチセンター 調査部長 中村 美生	ロコモティブシンドロームに関する疫学研究：健康と運動器症状についてのアンケート	12月18日	東長沼、40歳以上79歳以下の男女、30人
(株)ビデオリサーチセンター 代表取締役社長 秋山 創一	2014年 全国たばこ喫煙者率調査	12月27日	矢野口、大正13年5月1日～平成6年4月30日生まれの男女、20人
(社)中央調査社 会長 西澤 豊	2014年6月 全国放送サービス接触動向調査(テレビの見られ方などについての調査)	平成26年3月14日	平尾3丁目、7歳以上の男女、12人

公表します
平成25年度
住民基本台帳
閲覧状況

平成25年度における住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況を公表します(左表参照)。
▽公表の対象 次のいずれかに該当する場合
①国または地方公共団体の機関が法令で定める事務を行う

ために必要な場合
②個人または法人が行う閲覧で、次の活動を行うために閲覧することが必要である申し出があり、市長がその申し出を認めた場合
ア 統計調査、世論調査、学術研究その他の調査研究のうち、公益性が高いと認められるもの
イ 公共的な団体が行う地域住民の福祉の向上に寄与する活動のうち、公益性が高いと認められるもの
※犯罪捜査に関するもの、その権利を保障し、市政について

情報公開制度と
個人情報保護制度の
実施状況

情報公開制度は、市が保有する行政情報の開示を求めると
個人情報保護制度は、市が保有する個人情報情報の取り扱い

表1 情報公開制度の実施状況 (単位:件)

開示請求件数	14	
取り下げ件数	4	
開示決定の内容	全部開示	4
	一部開示	5
	非開示	1
	不存在	0
不服申立て	0	

表2 個人情報保護制度の実施状況 (単位:件)

開示請求件数	2	
取り下げ件数	0	
開示決定の内容	全部開示	0
	一部開示	2
	非開示	0
	不存在	0
訂正請求件数	0	
利用停止請求件数	0	
不服申立て	0	

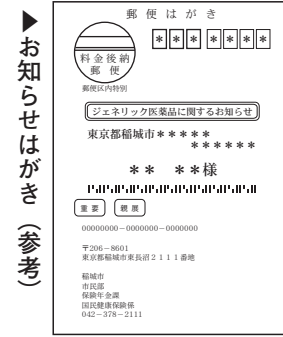
市民の皆さんへの説明責任を果たすことにより、公平で透明な行政運営を推進するための制度です。
個人情報保護制度は、市が保有する個人情報情報の取り扱い

国民健康保険
「ジエネリック
医薬品に関する
お知らせ」を
送付します

医療機関で処方されるお薬をジエネリック医薬品に切り替えることによって、窓口での支払額が安くなる場合があります。

切り替えを希望する場合は、医師や薬剤師にお問い合わせください(ジエネリック医薬品が存在しない場合や、治療の方針等により切り替えができない場合もあります)。

また、国民健康保険に加入



中の方で、切り替えによってある程度支払額が安くなる可能性のある方を対象に、年3回(7月・10月・2月)通知を行う予定です(左図参照)。
▽通知対象となる方 次の全てに該当する方
※送付を希望しない場合には、ご連絡ください。
○ジエネリック医薬品への切り替えにより、1カ月当たりの薬剤の金額が300円以上安くなる可能性がある方
○通知対象となる診療所において、

国民健康保険
特定健康診断
無料
年に一度の
健康診断を!

市の国民健康保険にご加入の40歳以上の方は、特定健康診断を受けましょう。自分では健康だと思っても油断は禁物です。初期の生活習慣病は自覚症状がほとんどありません。年に一度は健康診断を受け、自分の健康状態を確認しましょう。

また、特定健康診断の代わりに市立病院健診センターで

人間ドックを受診した場合は、診察料の2分の1(上限2万円)の助成を受けることができます。
対○40歳～64歳の方 9月30日(火)まで(受診券は送付済み)
○65歳～74歳の方または11月以降に75歳となる方 10月31日(金)まで(受診券は6月下旬に送付予定)
※平成27年3月31日時点での年齢
費用無料
申受診券が届いたら、同封されている一覧表の指定医療機関に直接お申し込みください。※期限前1カ月は大変混み合います。予約できない場合があります。お早めにご予約ください。

稲城市公共施設
予約システム
料金改定に伴う
システム停止の
お知らせ

消費税の税率引き上げに伴

国民年金
保険料の免除・
猶予制度の
ご案内

国民年金制度には、保険料を納付することが困難な方のために免除制度(全額免除・一部免除)・学生納付特例・

若年者納付猶予制度が設けられています。
国民年金保険料が未納の状態である場合、老齢基礎年金や障害基礎年金等を受け取ることができなくなる場合がありますのでご注意ください。
いずれの制度も申請が必要で、承認された期間は老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格に算入されません。
免除については、承認期間に限り老齢基礎年金等の年金額の計算に反映されませんが、学生納付特例・若年者納付猶予制度については、年金額の計算には反映されません。
なお、免除・猶予の承認を受けてから10年までの間に国民年金保険料を納めることができます(追納)。ただし、経過期間により一定の額が保険料に加算されます。
※若年者納付猶予制度とは、

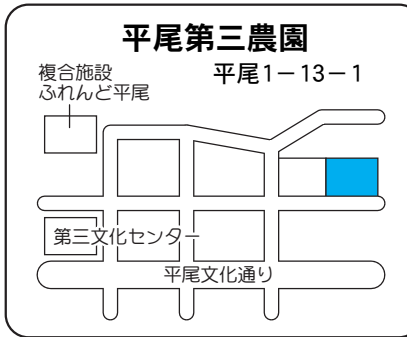
納期限 6月30日(月)
市・都民税(普通徴収)
(第1期)
安心!納税!口座振替!!
収納課

30歳未満の方で、本人とその配偶者の前年の所得が一定の基準以下であれば、申請により国民年金保険料の納付が猶予される制度です。本人の収入は少ないにもかかわらず、同居する親(世帯主)の収入が一定額以上であるために保険料の免除制度が利用できない方は、この制度がご利用いただけます。

日本年金機構府中年金事務所
〒042-361-1011



利用者募集 ファミリー農園



市では、土地所有者のご好意により農地を借り受けて、ファミリー農園として市民の皆さんに提供しています。

市内在住で、野菜作りに興味のある方(世帯を含む)
▽利用期間 7月1日～平成28年2月28日
▽募集区画数 18区画
▽区画面積 約15㎡
▽所在地 右下図のとおり
▽年間6千円
※平成26年度は年間4500円

※応募多数の場合は抽選とし、結果は6月末までに通知します。
※応募多数の場合は抽選とし、結果は6月末までに通知します。

※1世帯で2通以上の応募、他人名義での応募があった場合は、無効になります。
※応募多数の場合は抽選とし、結果は6月末までに通知します。

※補欠を選び、辞退者が出た場合には順次繰り上げます。
※6月23日(月)必着
▽注意事項
○駐車場はありません。車の農園利用はご遠慮ください。
○農園内でのごみ・雑草の放置、区画外での栽培等は行わないでください。
○名義貸しによる農園利用が発覚した場合、速やかに利用を中止してください。

○名義貸しによる農園利用が発覚した場合、速やかに利用を中止してください。

○名義貸しによる農園利用が発覚した場合、速やかに利用を中止してください。

○名義貸しによる農園利用が発覚した場合、速やかに利用を中止してください。

○名義貸しによる農園利用が発覚した場合、速やかに利用を中止してください。

○名義貸しによる農園利用が発覚した場合、速やかに利用を中止してください。

はがき記入例 (表面)
〒206-8601 稲城市 東長沼2-1-1
稲城市役所経済観光課
ファミリー農園
申込係
申込係

(裏面)
1. 郵便番号
2. 住所 ※1
3. 氏名 ※2
4. フリガナ
5. 電話番号 ※3

※1 アパート・マンションの場合は、名称・号室も記入ください。
※2 ここに記入された氏名を「区割図」に表示します。
※3 携帯電話でも可能です。

光化学スモッグは、自動車や工場・事業場などから排出される大気中の窒素酸化物などと太陽光線の光化学反応により発生するものです。
光化学スモッグによる影響としては、目やのどが刺激され、涙が出る、のどが痛いなどの症状が出る場合があります。
東京都では、光化学スモッグが発生した時、または発生しそうな時は、予報や注意報を発令しています。
注意報等が発令された場合には、屋外での活動を控えるなど、十分注意しましょう。
また、東京都や稲城市では、光化学スモッグ注意報等の発令をメール配信でお知らせしています。ご利用ください。
【東京都光化学スモッグ情報】
HP http://www.ox.kan-kyo.metro.tokyo.jp/mail.php
【稲城市メール配信サービス】
HP http://www.city.ina-gi.tokyo.jp/haishin/haishin.html

蜂の巣駆除は小さいうちに



蜂が活動する時期になりました。蜂は家の軒下や庭木の枝などに巣を作ります。巣はこれから夏にかけて大きくなりますので、小さいうちに駆除しましょう。
危険性の高いスズメバチは、むやみに刺激せず、専門業者を駆除を依頼しましょう。
環境課環境保全係

開催されます 第8回 都市農地保全自治体フォーラム

都市農地が持つ多面的な機能とその重要性を発信し、市民の皆さんの都市農業に対する理解を深めるとともに、各自治体が連携して都市農地の保全に向けた取り組みを促進することにより、地域住民の豊かでゆとりある生活の実現を目指すことを目的に、第8回都市農地保全自治体フォーラムが開催されます。都市農業の振興あるいは農地保全等に興味のある方は、ぜひご参加ください。
※参加料は無料、申し込みも不要です。直接会場までお越しください。
7月14日(月)
①練馬文化センター小ホール(練馬区練馬1-17-37)
②午後1時15分～4時
主催者・共催者・来賓挨拶及びフォーラム宣言 ○講演

生活排水による河川、水路の汚濁を防止するため、し尿と雑排水を合わせて処理する合併処理浄化槽を設置する方に、設置費の一部を補助しています。
①公共下水道の事業計画認可を受けていない区域の住宅に設置する合併処理浄化槽
②工事前補助金の交付申請が必要です。
※建築事業者の方は申請できません。

「無料で不用品を回収します」「家電・金属・工業製品 無料回収のお知らせ」などと記載したチラシが市内でも出回っています。
このような不用品回収業者に処分を依頼したところ、「無料だと思って頼んだら、車に積んだ後で高額な料金を請求された」「業者が回収した物が不法投棄されていた」などの相談が各地の国民生活センターに寄せられています。
また、こうした不用品回収業者に渡すと、適正なリサイクルがなされず、国内外での環境汚染や不法投棄につながる恐れがあります。
ご家庭から出た不用品の処分は、ごみ・リサイクルカレンダーや市ホームページをご覧ください。市の家庭ごみ排出ルールに従って、適正に排出するようお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

「無料で不用品を回収します」などと記載したチラシが市内でも出回っています。
このような不用品回収業者に処分を依頼したところ、「無料だと思って頼んだら、車に積んだ後で高額な料金を請求された」「業者が回収した物が不法投棄されていた」などの相談が各地の国民生活センターに寄せられています。
また、こうした不用品回収業者に渡すと、適正なリサイクルがなされず、国内外での環境汚染や不法投棄につながる恐れがあります。
ご家庭から出た不用品の処分は、ごみ・リサイクルカレンダーや市ホームページをご覧ください。市の家庭ごみ排出ルールに従って、適正に排出するようお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

「無料で不用品を回収します」などと記載したチラシが市内でも出回っています。
このような不用品回収業者に処分を依頼したところ、「無料だと思って頼んだら、車に積んだ後で高額な料金を請求された」「業者が回収した物が不法投棄されていた」などの相談が各地の国民生活センターに寄せられています。
また、こうした不用品回収業者に渡すと、適正なリサイクルがなされず、国内外での環境汚染や不法投棄につながる恐れがあります。
ご家庭から出た不用品の処分は、ごみ・リサイクルカレンダーや市ホームページをご覧ください。市の家庭ごみ排出ルールに従って、適正に排出するようお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

「無料で不用品を回収します」などと記載したチラシが市内でも出回っています。
このような不用品回収業者に処分を依頼したところ、「無料だと思って頼んだら、車に積んだ後で高額な料金を請求された」「業者が回収した物が不法投棄されていた」などの相談が各地の国民生活センターに寄せられています。
また、こうした不用品回収業者に渡すと、適正なリサイクルがなされず、国内外での環境汚染や不法投棄につながる恐れがあります。
ご家庭から出た不用品の処分は、ごみ・リサイクルカレンダーや市ホームページをご覧ください。市の家庭ごみ排出ルールに従って、適正に排出するようお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係



稲城市嘱託員
市では現在、嘱託員を急募しています。勤務可能な方はぜひご登録ください。
▽職種 ①保育士 ②一般事務
▽①保育士資格をお持ちの方
※その他制限がありますので、お問い合わせください。
環境課ごみ・リサイクル係

出張説明会を実施しています
ごみ減量
地域説明会
ごみ減量やリサイクルについて、市職員による出張説明会を随時受け付けています。説明会では、ごみの分別や出し方、処理の流れ、ごみ量などについてお話しするほか、皆さんの日常生活における疑問・質問にお答えします。
市内在住・在勤・在学の8人以上の団体やグループ
▽説明時間 20分～1時間程度
費用無料
希望日の2週間前までに電話でお申し込みください。
※時間、会場などは相談に応じます。
環境課ごみ・リサイクル係

資源集団回収とは、自治会や管理組合など地域の団体が、自主的に古紙などの資源物を集めて、市へ登録した回収業者へ引き渡す活動のことです。
市では、実施団体に対し、回収量に応じて補助金を交付しており、現在67団体が登録しています。
始めてみませんか？
資源集団回収
資源集団回収とは、自治会や管理組合など地域の団体が、自主的に古紙などの資源物を集めて、市へ登録した回収業者へ引き渡す活動のことです。
市では、実施団体に対し、回収量に応じて補助金を交付しており、現在67団体が登録しています。
始めてみませんか？
資源集団回収
資源集団回収とは、自治会や管理組合など地域の団体が、自主的に古紙などの資源物を集めて、市へ登録した回収業者へ引き渡す活動のことです。
市では、実施団体に対し、回収量に応じて補助金を交付しており、現在67団体が登録しています。
始めてみませんか？
資源集団回収

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係



▲資源回収ステーション

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係

悪天候時は資源物回収を中止する場合があります
台風や強風など悪天候により、資源回収ステーションに設置したかごが飛散する恐れがある時は、やむを得ず資源物回収を中止する場合があります。
悪天候時に資源回収ステーションへかごが設置されていない場合は、ご不便をお掛けしますが、次回の収集日まで自宅での保管をお願いします。
環境課ごみ・リサイクル係



ヘルプカードを3つに折って

誰かが暮らしやすいまちへ

©K.Okawara・Jet Inoue

「ヘルプカード」は、障害のある方が地域で安心して暮らしているために、皆さんのご協力をお願いします。ヘルプカードを持っていて困っている場面を見かけたら、積極的に声を掛け、ヘルプカードの記載内容に沿った支援をお願いします。

ヘルプカード配布中!

ヘルプカードと専用ホルダー(かばん等に付けるストラップ付)を配布しています。市内在住の身体障害や知的障害、精神障害のある方、難病の方等、日常生活や緊急時に支援を必要とする方

場市役所障害福祉課、社会福祉協議会、マルシェいなぎ 費無料
関障害福祉課障害福祉係

ヘルプカードは「手助けが必要な人」と「手助けをした



専用ホルダー

高齢者理美容 割引券

市では、市内の理髪店・美容院で利用できる割引券をお届けしています。

関75歳以上の市内在住(老人福祉施設入居者を除く)で住民税非課税の方
▽利用期間 平成27年3月31日(火)まで
▽配布枚数 1人5枚まで(1千円×5枚)
※申請日によって枚数が異なります。

関直接窓口で申請してください。

参加してみませんか? 第8回 いなぎ高次脳機能障害者とご家族の集い

突然の病気や事故等による脳の損傷のため高次脳機能障害を負った方々やご家族が集い、日頃感じていることなどを情報交換する場です。ぜひお気軽にご参加ください。

関市内で高次脳機能障害のある方とご家族
6月28日(土)
午後2時～3時30分
場福祉センター

関①ご家族交流会
②当事者交流会(調理(たこ焼き作りを予定)をしながらの交流会)
費100円
関事前に電話でお申し込みください。

関関稲城市障害者総合相談センター

家族介護教室 知ってほしい 介護の基本

「お口のお手入れ編」
口の中の健康は全身の健康につながります。お手入れ法や義歯の扱い方について詳しくお話しします。

関高齢者を介護しているご家族、関心のある方
6月27日(金)
午後1時30分～3時
場福祉センター2階介護予防教室

関20人程度(申込先着順)
関歯科衛生士
費無料
関6月16日(月)から電話でお申し込みください。

関関地域包括支援センターエレガントもむら ☎379・5500

介護予防教室 マッサージ

いつでも転ばず元気であるために自分で身体をケアしましょう!!
関おむね60歳以上の方
6月23日(月)
午前10時～11時30分
場平尾自治会館

関25人(申込先着順)
関マッサージ、体操、ストレッチの実技、つぼの話など
関松村 将光氏(訪問医療マッサージ) スマイルサポート稲城)
関6月16日(月)から電話でお申し込みください。

関関地域包括支援センターひらお ☎331・6088

救急救命講座

いざという時、慌てずに適切な救命行動がとれるように救急救命講座を受けましょう。
6月28日(土)
午前9時～正午
場稲城消防署3階講堂

関20人(申込先着順)
関心肺蘇生とAEDの使用手順
関稲城消防署職員
関動きやすい服装、飲み物
費無料
関6月16日(月)から電話でお申し込みください。

関関NPOふれあい広場ポニーの木 ☎379・3373(月～金曜日の午前9時～午後5時)

平成27年度使用 小学校教科書見本の展示

平成27年度に使用する小学校教科書の見本を展示します。
6月13日(金)～7月2日(水)※土・日曜日を除く。
午前9時～午後4時
場稲城市教育センター3階教科書メディアセンター
関教育委員会指導課指導係

ご利用ください! 木造住宅の耐震診断・耐震改修助成制度

市では、大地震に対し、住宅が必要な耐震性能を有しているかを判断する耐震診断及び耐震改修に要した費用の一部を助成しています。詳しくはお問い合わせください。

先関都市計画課開発指導係
さい。
稲城市商工会では、住宅のリフォームを市内の業者で施行した場合、経費の一部を助成しています。詳しくはお問い合わせください。
先関商工会 ☎377・1696

市立病院からのお知らせ

①マタニティケア
出産に関する情報交換や、妊娠中の健康づくりをしながら楽しく過ごしませんか?
関妊娠18週以降で主治医の許可がある方
6月30日(月)
午後2時30分～4時30分
場市立病院隣オーエンス健康プラザ室内プール
費無料
先関市立病院看護部長室 ☎377・0931

お仕事をお探しの方へ せびろ相談ください はつらつワーク (無料職業紹介所) 稲城

はつらつワーク稲城は、厚生労働大臣の許可と、東京都・稲城市の支援を受け、稲城市社会福祉協議会が運営するシニア世代(おおむね55歳以上)の方のための就業支援センターです。ご自分の経験・能力などを活かして仕事をした方、時間を有効に活用して働きたい方等の仕事探しのお手伝いをします。

②休診予定
都合により、下記のとおり外来診療をお休みさせていただきます。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。
関眼科II毎週水曜日(当日の間)
※7月まで第2・4水曜日午前は通常診療
関脳神経外科II6月16日(月)終日
関市立病院医事課外来係 ☎377・0931

シニア世代の求人募集を無料でお受けします。一定の条件を満たせば、国の助成金(特定求職者雇用開発助成金)が支給されます。
関午前9時～午後5時
※土・日曜日、祝日、年末年始を除く。
関はつらつワーク稲城(地域振興プラザ4階) ☎379・1333

「心と体の介護 予防チエック票」をお送りします

「心と体の介護予防チエック票」

関関高齢福祉課高齢福祉係

関関高齢福祉課高齢福祉係

関関高齢福祉課地域支援係

水路にごみや草木などを流さないで

流さないでください

市内(主に既成市街地)には田畑へ灌漑するための水路が網の目状に巡らされています。水路は、稲城の特産物である梨・ぶどうの育成や、市内の田畑を潤す役目の他、雨水を排水する役目を担っています。

流れてくるごみや草木などが、水路内に堆積すると、流れを阻害し、水路があふれ、集中豪雨時には道路冠水や床下浸水を招く恐れがあります。市でも必要に応じて浚渫(しゅんせつ)やごみの除去を実施しています。が、災害防止のため水路に

みや草木などを流さないようお願いいたします。

道路沿いの樹木や生け垣の適正な維持管理をお願いします

市内の道路には様々な樹木が植えられており、市では、市民の皆さんの通行・安全に支障をきたさないよう、枝切りや刈り込みなど適正な管理に努めています。私有地の樹木や生け垣が道路にはみ出し、歩行者や車の通行及び街路灯の妨げにならないよう、所有者の皆さんは、樹木や生け垣などの適正な維持管理をお願いします。

がけや擁壁の安全対策を

安全対策を

長雨や集中豪雨の際には、地盤が緩み、がけや擁壁などの崩壊が起こりやすくなります。特に、危ないがけや安全でない擁壁で覆われている場所にある家では、大きな被害を受けるばかりでなく、隣接する方々の生命・財産にまで危険を及ぼすこともあります。

※宅地造成等規制法で定められた区域内での一定の高さ以上の切土・盛土をしたり、擁壁などを築造したりする時は、事前の許可が必要です。 問 東京都多摩建築指導事務所 ☎042-364-2386、稲城市都市計画課開発指導係

都市計画の変更について 告示しました

6月4日(水) 多摩都市計画地区計画 丸南地区地区計画の変更 多摩都市計画地区計画 尾山西地区地区計画の変更 多摩都市計画地区計画 尾南地区地区計画の変更

みんなのコーナー

平成26年度草の根育成助成対象事業の募集

8月1日から平成27年3月31日に東京都で行われる医療・福祉分野、スポーツ分野の事業で、東京都に拠点を有する非営利活動団体(任意団体を含む) 申請詳細は「草の根事業育成財団」ホームページをご覧ください。

6月20日(金)消印有効 先問公益財団法人草の根事業育成財団事務局 ☎042-321-1132

東京しごとセンター多摩の就業支援

55歳以上対象 「働き方の可能性を考えるシニアの再就職対策講座」 6月18日(水) 午後1時30分～4時30分 50人(申込先着順)

2014夏! 体験ボランティア 事前説明会

7月24日(木) 午後1時30分～3時30分 開場(午後1時) 福祉センター2階介護予防教室

7月9日(水) 午後3時30分～5時 地域振興プラザ ※右記日程に参加できない方は、7月12日(土)午後3時～4時に福祉センターで行う説明会にご参加ください。

平成26年度全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

電話による子どものための人権相談 6月23日(月)～29日(日) 毎月～金曜日午前8時30分～午後7時、土・日曜日午前10時～午後5時

6月19日(木) 午後1時～5時 30人(申込先着順) 55歳以上対象 「施設警備スタッフ(2)」 7月18日(金)～30日(水) ※土・日曜日、7月25日(金)を除く7日間 午前10時～午後4時(内容によって変更あり) 定20人 費テキスト代

6月25日(水) 共通事項 東京しごとセンター多摩 先問①東京しごとセンター多摩 ☎042-329-4524、②東京しごとセンター(飯田橋) ☎03-5211-2327

7月5日、9月13日、10月4日、11月8日、平成27年1月10日の土曜日(全5回) 午後1時30分～3時10分 調身体験日帰りバスツアー ※詳細は「JA東京みなみ」ホームページをご覧ください。 費1500円 申電話またはメールでお申し込みください。

7月4日(金) 先問JA東京みなみ本店地域振興部 ☎042-594-1011、noukon@ja-tm.or.jp

7月2日(水) 午前9時45分～午後0時15分 ※公共交通機関をご利用ください。なお、事情によりお車を利用の際はご連絡ください。

8月6日(水) 30人(申込多数の場合は抽選)

「夏休み子ども村」は、JAが地域の子ども達へ贈る農業と食を学ぶ体験学習です。身近な農業を学びに、夏休みの思い出作りに、JA管内(日野市・多摩市・稲城市)を巡るバスツアーに参加しませんか。

地域安全情報 乗り物盗・車上狙いに注意! 今年に入り市内で自転車、オートバイ、オートバイの部品、自動車、車内の現金、貴金属等を盗む窃盗事件が多く発生しています。

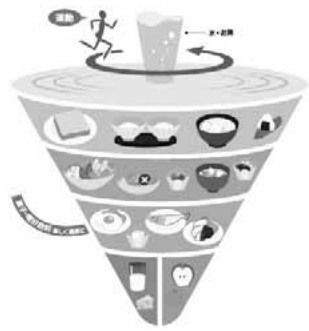
官公署 だより 都立多摩校の丘学園 学校公開 就学希望者、就学希望者が在籍する療育・教育関係者

夏休み子ども村 農業収穫体験ツアー 参加者募集! 「夏休み子ども村」は、JAが地域の子ども達へ贈る農業と食を学ぶ体験学習です。

みんなの健康

▽申込先・問い合わせ
保健センター 〒206-0804 稲城市
百村112の1 ☎378-3421

6月は「食育月間」
毎月19日は「食育の日」



- 1日分
- 5.7 主食(ごはん、パン、麺類)
- 5.6 副菜(肉、魚、卵、豆、野菜、海藻類)
- 3.5 主菜(肉、魚、卵)
- 2 牛乳・乳製品
- 2 果物

食育とは、私たちが生涯にわたって健康で豊かな人間性を育むため、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

この食育を推進していくため、毎年6月を「食育月間」と定めるとともに、食育推進運動を継続的に展開することで、食育の一層の定着を図るため、毎月19日を「食育の日」と定めています。

あなたの食事は大丈夫？ 食事バランスガイド

「食事バランスガイド」とは、1日に「何を」「どれだけ

7月4日(金)
時午前10時30分～午後1時30分
場第三公民館講座室
定16人(申込先着順)

参加者募集 調理講習会

「朝ごはんを食べましょう！」

生活習慣病は、痛みや苦しみ等の自覚症状がない場合があります。しかし、見過ごし続けると危険なのはなぜでしょうか。生活習慣病の理解を深め、健診に対する意識を高めるためにも、この機会にぜひご参加ください。

7月12日(土)
時午後2時～3時30分
場地域振興プラザ
定100人(申込先着順)
講木戸 亮医師(市立病院健診センター)健診科医長、稲城

健康教育講座

もつと知りたい！
生活習慣病

かけ「食べたらいいかをコマをイメージし、イラストで示したものです。バランスよく食べて、運動をするとコマは安定して回りますが、食事のバランスが悪いとコマは倒れてしまいます。あなたのコマはうまく回っていますか？

※付き添いの方は参加できません。
内おにぎり3種、簡単みそ汁、蛇腹胡瓜、デザート
持エプロン、三角巾、筆記用具、手拭き
※家庭で作った味噌汁の塩分濃度測定を希望される方は、具なしで50ccお持ちください。
費100円(実習費として)
主健康な食事づくり推進員
申6月16日(月)午前9時から保健センターに電話でお申し込みください。
限7月2日(水)

2歳児 歯科健康診査

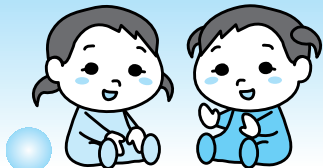
かかりつけ歯医者がないお子さん、食べ方が気になるお子さんを対象に、歯科健康診査を実施します。
対平成24年6月生まれのお子さん
限7月2日(水)
時午前9時20分～10時30分
場保健センター
持母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、ハンドタオル
内歯科健康診査、個別相談(食事や歯みがきの事など)
申申込記入例を参照のうえ、はがき、封書、窓口持参のいずれかの方法でお申し込みください。
限6月25日(水)必着

妊婦歯科健康診査

妊娠中の口の中は、想像以上に変化があるので、自身の歯とお口の状態を確認してみませんか。治療が必要な方は、治療時期など歯科医と相談もできます。

対市内在住で、健診日現在妊娠16～27週の方
限7月4日(金)
時午後1時25分～2時
場保健センター
定20人(申込先着順)
内歯科健康診査及び個別相談
持母子健康手帳、歯ブラシ
申電話でお申し込みください。

ふたごの会



ふたごちゃん、みんなで集まってみませんか？自由に遊んだり、子育て情報を交換したりしましょう。
対市内在住のふたごなど多胎出生の乳幼児とその親、多胎児を妊娠中の方とそのパートナーの方
限7月1日、9月2日、11月4日、平成27年1月27日、3月10日の火曜日
時午前10時～11時30分に直接ご来場ください。
場保健センター
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

受講者を募集しています



シルバー人材センター
問☎377・2212

対18歳以上の方
限7月8日(火)・9日(水)・15日(火)・16日(水)
時午前9時30分～午後0時30分
場地域振興プラザ3階
定5人(応募多数の場合は抽選)
▽コース 初心者のためのパソコン入門
※ウィンドウズ8搭載のノートパソコンを使用します。

トパソコンを使用します。
※講習内容などの詳細は、最寄りの文化センターなどのポスター・チラシ、または「稲城市シルバー人材センター」ホームページの「パソコン教室」などでご確認ください。
費受講料7千円
申往復はがきに希望コース・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号を記入のうえ、ご応募ください。
限6月22日(日)必着
先シルバー人材センターパソコン講習会係(〒206-0802 稲城市東長沼2112の1)

布ぞり教室
限6月30日(月)
時午前10時～午後3時
場地域振興プラザ
持針、糸、ハサミ、物差し、ピンチ3つ
※材料の持ち込みは不可
費1500円(材料費込み)
申当日直接お越しください。

高年齢者の肺炎球菌ワクチン任意予防接種費用を一部助成します

対接種日現在65歳以上の市民の方(平成22～25年度に当助成制度を利用していない方)
【助成までの手続き】
①保健センターにお申し込みください。
②市より順次決定通知書などを郵送します。
③2週間程度かかります。
④決定通知書などを持って市内指定医療機関で接種を受けてください。その際、各医療機関の定める接種料金から助成金額を差し引いた金額を支払ってください。
限7月1日(火)～9月30日(火)

対18歳以上の方
限7月8日(火)・9日(水)・15日(火)・16日(水)
時午前9時30分～午後0時30分
場地域振興プラザ3階
定5人(応募多数の場合は抽選)
▽コース 初心者のためのパソコン入門
※ウィンドウズ8搭載のノートパソコンを使用します。

はがき、封書、窓口持参のいずれかの方法でお申し込みください。8月29日(金)必着です。
②市より順次決定通知書などを郵送します。
③2週間程度かかります。
④決定通知書などを持って市内指定医療機関で接種を受けてください。その際、各医療機関の定める接種料金から助成金額を差し引いた金額を支払ってください。
限7月1日(火)～9月30日(火)

を医療機関に提出することで上限7500円の助成を受けられることができます。
【ご注意ください】
○過去に接種を受けたことがある方は、副反応が強く出る確率が高まります。5年以内の再接種については、医師によくご相談ください。
○国は平成26年10月に肺炎球菌ワクチン予防接種を定期予防接種にする方向で検討しています。
なお、対象年齢等が変更になる可能性があります。
そのため市は、9月30日をもって当助成制度を終了します。接種を希望される方はお早めに市内指定医療機関にて接種をお願いします。

なしのすけが行く

「ヴェルディ君 vs.なしのすけ」
マンガ 井上ジェット
No.12



ヴェルディ君は、Jリーグ・東京ヴェルディのマスコットキャラクターだよ。(C) K. Okawara・Jet Inoue / (C) TOKYO VERDY

- 2歳児歯科健康診査希望
- 7月2日(水)
 - 幼児氏名(フリガナ)
 - 保護者氏名 月日
 - 幼児生年月日
 - 住所
 - 電話番号

▲申込記入例

これってパスの練習になっちゃってないかな？
なしかすけ！
なかにゃー♪ちゅけー♪
ヴェルディ君は、Jリーグ・東京ヴェルディのマスコットキャラクターだよ。(C) K. Okawara・Jet Inoue / (C) TOKYO VERDY

- 肺炎球菌ワクチン接種費用助成希望
- 住所
 - 氏名(フリガナ)
 - 生年月日(年齢)
 - 電話番号
※日中連絡可能な番号をご記入ください。

▲申込記入例

対接種日現在65歳以上の市民の方(平成22～25年度に当助成制度を利用していない方)
【助成までの手続き】
①保健センターにお申し込みください。
②市より順次決定通知書などを郵送します。
③2週間程度かかります。
④決定通知書などを持って市内指定医療機関で接種を受けてください。その際、各医療機関の定める接種料金から助成金額を差し引いた金額を支払ってください。
限7月1日(火)～9月30日(火)

を医療機関に提出することで上限7500円の助成を受けられることができます。
【ご注意ください】
○過去に接種を受けたことがある方は、副反応が強く出る確率が高まります。5年以内の再接種については、医師によくご相談ください。
○国は平成26年10月に肺炎球菌ワクチン予防接種を定期予防接種にする方向で検討しています。
なお、対象年齢等が変更になる可能性があります。
そのため市は、9月30日をもって当助成制度を終了します。接種を希望される方はお早めに市内指定医療機関にて接種をお願いします。

Health みんなの健康

▽申込先・問い合わせ 稲城市保健センター
〒206-0804 稲城市百村112の1 ☎378-3421

※市では各検診の結果データ（個人情報）を保管・集計し、今後の健康づくりに役立つと見込んでいます。なお、個人情報については稲城市個人情報保護条例に基づき保護されます。

受診しましょう

がん検診！

早期発見のためにも定期的ながん検診を受診してください

日以前生まれの方
※原則1年度に1回の受診

※胃等の手術をした方、治療中の方、腎疾患・心疾患で水分制限のある方、授乳中の方、妊娠中の方を除く。

場市立病院健診センター（平日）
場市立病院健診センター（平日）

胃がん検診
検診車による胃がん検診に加え、市立病院健診センターでも、胃がん検診が受診できます。年間を通じて、ご都合に合わせた日に検診ができます。

35歳以上（昭和55年4月1日）
費1370円

※土曜日9月27日、12月6日、平成27年2月21日のみ実施します。

▽検査方法 問診、バリウムによる胃部エックス線撮影検査

乳がん検診
40歳以上（昭和50年4月1日以前生まれ）の女性の市民で、平成25年度未受診の方

※既に乳がんと診断された方または治療中の方、授乳中の方、妊娠中の方を除く。

場市立病院健診センター（平日）

▽検査方法 問診、視触診、マンモグラフィ検査（乳房エックス線撮影検査）

※保健センターでの検診による乳がん検診もあります。詳細は市ホームページをご覧ください。

費2070円

※20歳代（昭和60年4月2日から平成7年4月1日に生まれた方）は無料

※保険証に自己負担割合が1割と記載のある方は450円、2割と記載のある方は910円（保険証などの提示が必要です）

※検診車による胃がん検診もあります。詳細は市ホームページをご覧ください。

子宮頸がん検診
20歳以上（平成7年4月1日以前生まれ）の女性の市民で、平成25年度未受診の方

※既に子宮頸がんと診断された方または治療中の方、妊娠中の方を除く。

場市立病院健診センター（平日）
場市立病院健診センター（平日）

▽検査方法 問診、視診、内診、細胞診検査

費2070円

※20歳代（昭和60年4月2日から平成7年4月1日に生まれた方）は無料

※保険証に自己負担割合が1割と記載のある方は600円、2割と記載のある方は1380円（保険証などの提示が必要です）

- ◆共通事項
- ▽受診期間 平成27年3月13日（金）まで
- ※ペリエの丘クリニックで受診する子宮頸がん検診のみ、3月14日（土）まで
- ▽費用免除の方
- ①生活保護受給世帯の方 ②市民税非課税世帯の方 ③中国残留邦人などの方
- ※詳細は、申込後、通知される案内をご参照ください。
- 申 申込記入例を参照のうえ、
- 申 申込記入例を参照のうえ、

申込記入例

- がんと検診希望
1. 氏名(フリガナ)
 2. 生年月日(年齢)
 3. 住所
 4. 電話番号
 5. 前回検診年月日(分かる範囲で)

カレンダー 6月15日～30日

6/15	日	+ 休日急病診療所 + 休日薬局	平尾内科クリニック(平尾)9時～5時 ひまわり薬局(平尾)9時～5時	☎331-8221 ☎331-3300
16	月	消費者相談 年金相談	10時～正午・1時～3時 9時～正午・1時～4時	消費者相談室 保険年金課年金係
17	火	健康相談 栄養相談 法律相談 消費者相談 遺言書作成などくらしの書類作成相談	9時30分～11時(前日までに予約) 9時10分～正午(前日までに予約) 9時～正午(前日予約) 10時～正午・1時～3時 1時30分～4時30分(前日予約) 9時～正午・1時～4時	オーエンス健康プラザ 保健センター 市民協働課市民生活係 消費者相談室 市民協働課市民生活係 保険年金課年金係
18	水	1歳6カ月児健康診査(平成24年11月生まれ) 心配ごと相談 消費者相談 女性の悩み相談 住宅リフォーム相談 高齢者・障害者の法律相談 年金相談	10時～正午 10時～正午・1時～3時 10時～4時(前日までに予約) 1時30分～4時30分(予約終了) 1時30分～4時30分(予約随時) 9時～正午・1時～4時	保健センター 福祉センター 消費者相談室 市民協働課男女平等参画係 市民協働課市民生活係 福祉センター 保険年金課年金係
19	木	3歳児健康診査(平成23年5月生まれ) 1歳児歯科健康診査(平成25年5月生まれ) 法律相談 消費者相談 税務相談 年金相談	9時～正午(前日予約) 10時～正午・1時～3時 1時30分～4時30分(前日予約) 9時～正午・1時～4時	保健センター 保健センター 市民協働課市民生活係 消費者相談室 市民協働課市民生活係 保険年金課年金係
20	金	消費者相談 人権・身の上相談 年金相談	10時～正午・1時～3時 1時30分～4時30分(前日までに予約) 9時～正午・1時～4時	消費者相談室 市民協働課市民生活係 保険年金課年金係
21	土			
22	日	+ 休日急病診療所 + 休日薬局	こせき内科クリニック(矢野口)9時～5時 稲城薬局(矢野口)9時～5時	☎377-0035 ☎370-2182
23	月	消費者相談 年金相談	10時～正午・1時～3時 9時～正午・1時～4時	消費者相談室 保険年金課年金係
24	火	3カ月～4カ月児健康診査(平成26年2月生まれ) 法律相談 消費者相談 年金相談	9時～正午(前日予約) 10時～正午・1時～3時 9時～正午・1時～4時	保健センター 市民協働課市民生活係 消費者相談室 保険年金課年金係
25	水	消費者相談 不動産相談 年金相談	10時～正午・1時～3時 1時30分～4時30分(前日予約) 9時～正午・1時～4時	消費者相談室 市民協働課市民生活係 保険年金課年金係 平尾出張所
26	木	法律相談 消費者相談 年金相談	9時～正午(前日予約) 10時～正午・1時～3時 9時～正午・1時～4時	市民協働課市民生活係 消費者相談室 保険年金課年金係
27	金	消費者相談 年金相談	10時～正午・1時～3時 9時～正午・1時～4時	消費者相談室 保険年金課年金係
28	土	休日窓口 8時30分～正午・1時～5時 市民課、保険年金課(国民健康保険のみ)、課税課、収納課 女性の悩み相談 ひとり親家庭カウンセリング相談	10時～4時(前日までに予約) 1時～4時(予約随時)	市民協働課男女平等参画係 福祉センター
29	日	+ 休日急病診療所 + 休日薬局	かじわら内科・泌尿器科クリニック(矢野口)9時～5時 市役所通り薬局(矢野口)9時～5時	☎370-8770 ☎377-9599
30	月	消費者相談 年金相談	10時～正午・1時～3時 9時～正午・1時～4時	消費者相談室 保険年金課年金係

※予約が必要な相談は、午前8時30分から午後5時まで予約を受け付けます(予約受付日は各相談によって異なります)。

※健康相談・栄養相談は、電話(☎378-3421)で予約を受け付けます(先着順)。

※市民協働課の相談は、電話(☎378-2286)で予約を受け付けます(先着順)。

※消費者相談は、来室のほか電話(☎378-3738)でも相談できます。

※福祉センターの相談は、電話(☎378-3366)で予約を受け付けます。

※7月2日(水)の住宅リフォーム相談は、6月25日(水)まで予約を受け付けます。



新しい出生前検査を 考える

場市立病院健診センター ☎378-3421

2011年に米国で母体血を用いた胎児の染色体検査(母体胎児染色体検査、別名は無侵襲的出生前遺伝学的検査NIPT)が臨床検査として登場し、日本でも学会の指針により臨床研究として認定された施設でのみNIPTを受けることが可能となりました。

検査は妊娠10週以降に母体の血液20mlを採取して行い、その費用は約20万円です。NIPTで検出できる胎児の染色体異常は、21トリソミー(ダウン症)、18トリソミー、13トリソミーの3疾患のみです。検査の感度は極めて高く、陰性であった場合の胎児は99%正

限りがありません。希望日に受診できない場合はご了承ください。

生活習慣を見直し減量にチャレンジしてみませんか。

医師から運動制限を受けておらず、かつ右下表の3日間参加可能な30～64歳の市民の方

日時 場市立病院健診センター(平日) 10時～正午(申込先着順) 定員20人(申込先着順)

常染色体と診断されず。しかし、陽性であった場合は確定診断のために妊娠15週以降に羊水検査を受ける必要があります。羊水検査はほぼ100%胎児の染色体異常を検出できますが、侵襲的な検査なので検査による流産の確率は約30分の1と言われていています。

NIPTはその安全性と簡便性から検査に関する十分な説明が医療者から示されず、妊婦が検査の意義、検査結果の解釈について十分に理解せずに検査を受ける可能性があり、その結果、無用な中絶手術が行われる可能性があります。よって、NIPTを受けるためには、検査前後に遺伝専門医による遺伝カウンセリングを受ける必要があります。

また、検査対象者には35歳以上の方や、染色体異常児の出産経験がある方など一定の条件があります。

最近、実際NIPTが陽性となり羊水検査で胎児染色体異常が確定診断された方のほ

とんどが中絶を選択されているということが報告されました。妊娠が高齢になるほど染色体異常児の確率が上昇します。日本における近年の急速な少子化、晩産化やPerfect Baby(完璧な赤ちゃん)願望を考えるとこの検査も急速に普及していくことが予想されます。

障害の有無とその人の不幸は関係ないと言われます。染色体異常児本人とその家族も社会的支援を受けながら社会的貢献を果たして幸せに生活されています。よってNIPTの存在とその普及が社会的に不幸か否かは分かりません。NIPTなどの出生前検査に対するニーズの高まりとその普及とともに、まずは、染色体異常症への理解と障害者でも不安なく生きていく社会作りが急務のほうです。

稲城市医師会 金 栄 淳

参加者募集
生活習慣病
予防教室
「太ったなと感じたら」

生活習慣病予防教室 日程

期日	時間	会場
7月10日(木)	午前11時～午後2時(受付=午前10時30分～)	城山公民館 2階実習室
7月17日(木)	午後1時～4時(受付=午後0時30分～)	市立病院 健診外来棟 講座室、オーエンス健康プラザ
10月9日(木)		

※6月16日(月)から保健センターに電話でお申し込みください。

限6月30日(月)